

# LEEFSTIJLCOACHINGSAPP VOOR DIABETESPATIËNTEN

## Nieuwe e-healthtoepassing: MiGuide



Sinds 30 augustus is MiGuide te downloaden op uw smartphone. MiGuide is een nieuwe leefstijlcoachingsapp voor patiënten met diabetes mellitus type 2. Deze e-healthtoepassing is gemaakt om diabetespatiënten te begeleiden bij het op een duurzame manier verbeteren van hun leefstijl, onder begeleiding en toezicht van hun huisartsenpraktijk.

LISETTE HAARS  
LISETTE.HAARS@MIGUIDE.NL

In de app worden patiënten gecoacht op beweging en voeding. Zo kan de patiënt bewegings- en voedingsdoelen instellen. Per doel wordt de patiënt uitgedaagd om iedere dag kleine stapjes te zetten om dat doel te behalen. De app is gekoppeld aan het medisch dossier van de huisarts. Deze medische gegevens, voorkeuren die de patiënt invoert en zijn gedrag op het gebied van voeding en beweging vormen de input voor coaching door digitale assistente Noor. Noor is er ook voor hulp- en kennisvragen, en toont bijvoorbeeld filmpjes over hoe je een squat goed uitvoert.

### Goede voorbereiding op het consult

MiGuide is het digitale verlengstuk van de praktijk. Zo kunnen patiënten in de app hun aanstaande consult voorbereiden. De consultvoorbereidingsmodule voor het diabetesjaargesprek van het NDF is hiervoor in de app geïntegreerd. Een patiënt kan aanklikken waar hij/zij het tijdens het consult graag over wil hebben, bijvoorbeeld over voeding, stress of medicijngebruik. De patiënt kan ook notities maken, die zichtbaar zijn voor de huisartsenpraktijk op het zorgverlenersportaal. Hier is ook zichtbaar hoe de patiënt de app in de afgelopen

periode heeft gebruikt. Op deze manier gaan zowel de patiënt als de zorgverlener goed voorbereid het consult in.

### Betrouwbare bronnen

MiGuide is een initiatief van PEX life, ExpertDoc en TNO. Deze bedrijven zijn gericht op het ontwikkelen van digitale oplossingen voor de gezondheidszorg, medische beslisondersteuning en innovaties. Alle content in de app is gebaseerd op wetenschappelijke literatuur en richtlijnen. Ook wordt er gebruikgemaakt van betrouwbare bronnen, zoals Thuisarts, en mag MiGuide het DiHag en de Nederlandse Diabetes Federatie als kennispartner noemen.

Momenteel zijn 53 huisartsen betrokken bij de proeftuin. Meedoen kan nog steeds! Meer informatie en een aanmeldformulier is te vinden op [www.miguide.nl](http://www.miguide.nl). ■

*Er wordt op dit moment nog niet gekoppeld met Medicom en HIX. Houd de website van MiGuide in de gaten.*